

お知らせ

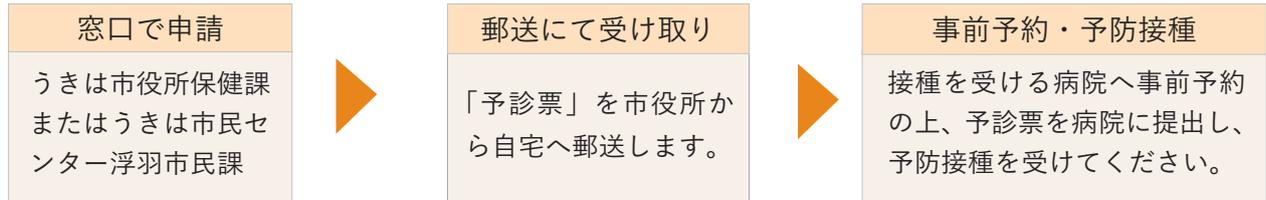
高齢者の肺炎球菌予防接種（任意接種）

保健課食育・健康対策係 ☎ 75-4960



病気や高齢化により体力が低下すると免疫力が落ち肺炎に罹りやすくなります。この肺炎球菌の予防接種は、肺炎の発症率を抑え重症化を防ぐために有効な手段ですので、受けることをお勧めします。※予防接種費用の市からの助成は、1人1回のみとなります。

【申請から接種までの流れ】



| 対象 | 接種料金（自己負担額） |
|--|------------------------------|
| 定期接種の対象ではない方で以下の要件をすべて満たす方 ①予防接種を実施する日の属する年度の末日において満65歳以上の方 ②これまでにこの制度による助成を受けたことがない方 ③肺炎球菌の予防接種に対して健康保険の適用がない方 （過去に脾臓の摘出手術をされた方は保険の適用があります） | 4,000円※医療機関に支払い |
| | 接種できる医療機関 |
| | うきは市内および久留米市田主丸町の医療機関でのみ接種可能 |

定期接種（令和5年度対象分）の方については、3月末に案内通知を送付していますので、そちらをご確認ください。

お知らせ

介護予防サポーター養成講座 受講生募集

保健課介護・高齢者支援係 ☎ 75-4105



健康づくり・介護予防についての情報を知る場として、介護予防サポーター養成講座を実施しています。介護予防サポーターは、高齢になっても積極的に健康づくりに取り組むことができるように、高齢者の皆様をサポートする方々です。

講義は日々の生活でもすぐに役立つ内容で、実技は教室にサポート役として参加します。ご自宅でもできる体操等が中心です。内容は実技8回と4種類の各講義を1回以上受講すれば修了です。

修了後は、フォローアップ教室に参加いただきながら、希望者には地域での集いの場等へのサポーター活動にご協力いただいています。ご自身の健康づくり、介護予防についての勉強の場としてご参加ください。

【講義】各講座1回以上参加

日程

| 介護予防概論 | ロコモ・認知症 | 栄養・食事 | 口腔機能 | 時間 |
|----------|----------|----------|------------|-------------------|
| 4月14日（金） | 5月19日（金） | 6月9日（金） | 7月21日（金） | 14:00~16:00 |
| 8月18日（金） | 9月8日（金） | 10月6日（金） | ※11月10日（金） | 場所 うきは市役所 西別館 |
| 12月8日（金） | 1月19日（金） | 2月9日（金） | 3月15日（金） | ※は会場が福富コミュニティセンター |
| | | | | 料金 無料 |

【実技】「元気になる学校」へ8回参加

日時 毎週金曜日 9:30 ~ 12:00

場所 うきは市役所 西別館

料金 無料